

Презентация на тему: Стресс, посттравматический стресс: соотношение понятий.

Стресс, посттравматический стресс: соотношение понятий.

Стресс — совокупность неспецифических адаптационных (нормальных) реакций организма на воздействие различных неблагоприятных факторов-(физических или психологических), нарушающее его гомеостаз, а также соответствующее состояние нервной системы организма (или организма в целом). Определение стресса в психологии отличается от бытового понимания. Он практически всегда сопровождается тревожным состоянием, когда на первый план выходят такие эмоции, как нервозность и обеспокоенность за результат.



Виды стресса

Классификация по провоцирующему фактору:

дистресс - происходит в результате негативного влияния, надолго выводит человека из привычного ритма жизни, возможно развитие неблагоприятных последствий, особенно если случилось что-то необратимое;

эустресс - ответ организма на положительное воздействие, не опасен и не влечет выраженных изменений.

психические стрессы, при которых возбуждается только эмоциональная сфера и ответ происходит со стороны нервной системы;

биологические, при которых возникает реальная угроза состоянию здоровья человека, появляются травмы, заболевания.



Эмоциональные стрессы по своему происхождению, как правило, социальные, и устойчивость к ним у разных людей различна. Стрессовые реакции на психоэмоциональные трудности не столько следствие последних, сколько интегративный ответ на когнитивную их оценку и эмоциональное возбуждение. Согласно современным воззрениям, стресс становится травматическим, когда результатом воздействия стрессора является нарушение в психической сфере по аналогии с физическими нарушениями.

Факт переживания травматического стресса для некоторых людей становится причиной появления у них в будущем посттравматического стрессового расстройства (ПТСР)

Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР)-это непсихотическая отсроченная реакция на травматический стресс, способный вызвать психические нарушения практически у любого человека

Симптомы ПТСР

СИМПТОМЫ повторного переживания

- ночные кошмары,
- повторяющиеся игры,
- сильный дистресс,
- воспоминания о травматическом событии
- навязчивые мысли.

СИМПТОМЫ избегания

- уход от мыслей и чувств, связанных с событием,
- избегание всего, что напоминает о событии,
- вымывание из памяти деталей травмы,
- чувство отчуждения,
- обеднение эмоций.

СИМПТОМЫ повышенной возбудимости

- нарушение сна,
- раздражительность,
- затруднением концентрации внимания,
- психологическая чувствительность к связанным с травмой стимулам,
- тревожность

Выделяют следующие четыре характеристики травмы, способной вызвать травматический стресс:

1. Прошедшее событие осознается, то есть человек знает, что с ним произошло и из-за чего у него ухудшилось психологическое состояние;
2. Это состояние обусловлено внешними причинами;
3. Пережитое разрушает привычный образ жизни ;
4. Прошедшее событие вызывает ужас и ощущение беспомощности, бессилия что-либо сделать или предпринять.

Психотравмирующие факторы, способствующие возникновению ПТСР

- Участие в боевых действиях;
- природные (климатические, сейсмические), экологические и техногенные катаклизмы;
- пожары;
- террористические действия;
- присутствие при насильственной смерти других в случае разбойного нападения;
- несчастные случаи, в т.ч. при транспортных и производственных авариях;
- сексуальное насилие;
- манифестирование угрожающих жизни заболеваний;
- семейные драмы.

Классификация ПТСР

В соответствии с особенностями проявления и течения различают три подвида посттравматических стрессовых расстройств:

1. Острое – развивающееся в сроки до трех месяцев (его не следует смешивать с острым стрессовым расстройством, которое развивается в течение одного месяца после критического инцидента);
2. Хроническое – имеющее продолжительность более трех месяцев;
3. Отсроченное – возникающее спустя шесть и более месяцев после травматизации.

Различия между исследованиями в области стресса и травматического стресса носят методологический характер. Так, большинство исследований травматического стресса сфокусировано на оценке взаимосвязи между травмой и вызванными ею расстройствами, а также оценке степени травматогенности того или иного события в большей степени, чем на его стрессогенности. Такие психометрические инструменты, как шкала оценки воздействия травматического события Горовица и Миссиссипская шкала ПТСР Кина, были разработаны для оценки этих специфических последствий психической травмы.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!